

تعریف پرخاشگری

پرخاشگری یک نوع رفتاری است از خشم و عصبانیت پرخاشگری خصمانه، رفتاری است که به منظور صدمه و آزاررساندن به دیگری یا دیگران ابراز می شود، و هدف در آن صرفاً آزاررساندن است نشئت می گیرد.

پرخاشگری وسیله ای، رفتاری است که فرد به وسیله آن خواستار به دست آوردن هدفی دیگر است و ابداً قصد حمله به دیگران یا اذیت کردن آنها را ندارد.

علل خشونت و پرخاشگری در کودکان

۱- الگوپذیری کودکان از والدین : یعنی کودکانی که الگوهای رفتاری پرخاشگرانه داشته اند، همانند الگوهای خود رفتار می کنند. کودکان ناکام پرخاشگر می شوند.

اضطراب و پرخاشگری :

پرخاشگری، نشانه ای از تضادهای درونی: پرخاشگری و کج خلقی در کودکان چنانچه با علامت های همراه باشد، می تواند نشانه از افسردگی باشد. خشونت و مدرسه: تمسخر کودک توسط دانش آموزان دیگر وقتی کودکی توسط دانش آموزان دیگر کتک بخورد و قادر به دفاع از خود نباشد.

درمان :

برای درمان پرخاشگری در کودکان اولین گام این است که نوع پرخاشگری آنها و علت آن را شناسایی کنیم.

-اگر پرخاشگری در اثر ناکامی به وجود آمده باشد، بایستی کودک ناکام را در رسیدن به اهداف مطلوب کمک کنیم.

چنانچه نوع پرخاشگری کودک خصمانه است، بایستی کودک را از آزار و اذیت کردن دور کنیم تا مجبور نباشد برای تلافی و انتقام، افراد دیگر را اذیت کند، و اگر پرخاشگری از نوع وسیله ای است، بایستی راه های دیگری را جهت مطرح کردن کودک برگزینیم تا او ناچار نباشد از روش خشونت برای جلب توجه استفاده کند. در مواردی که علت پرخاشگری اضطراب است، باید از نگرانی درونی و اضطراب کودک مطلع شویم . به کودکان مضطرب باید فرصت صحبت کردن بدهیم تا نگرانی خود را ابراز کنند و تا حد امکان بایستی سعی کنیم در جهت رفع نگرانی ای که آن ها را آزرده است، قدم برداریم. ورزش کردن برای این کودکان بسیار مؤثر است و باعث تخلیه هیجانی می شود.

روش هایی برای درمان :

-مدل های پرخاشگری را به حداقل برسانید.

می توانید از راهکارهای زیر استفاده کنید:

الف) نگذارید کودک فیلم های خشونت آمیز تلویزیونی ببیند .

ب) فیلم ها، تصاویر و روزنامه کودک را به دقت انتخاب کنید.

ج) الگوهایی را در اختیار کودک بگذارید که پرخاشگرانه نباشند.

د) همراه کودک برنامه های تلویزیونی را ببینید و صحنه پرخاشگرانه آن را تفسیر کنید.

۳ همدلی را افزایش دهید. آگاهی کودک را نسبت به رنجی که بر اثر پرخاشگری او در افراد یا حیوانات به وجود می آید، افزایش دهید.

-رفتارهایی را که مغایر با رفتار پرخاشگرانه است، تقویت کنید.

-به جای کودک پرخاشگر، به کودکی که به وی پرخاش شده توجه کنید.

- نحوه ارتباط کودک را با افرادی که با او زندگی می کنند، مورد بررسی قرار دهید.

اگر قرار است کودک به دلیل رفتار خشونت آمیزش تنبیه شود، بهتر است به طریقی باشد که

رفتار کنیم؟

تهیه کننده :

غلام محمد سلامی

کارشناس پرستاری

تیرماه ۸۸

با کودکان پرخاشگر چگونه

منجر به حمله انتقامی و تلافی جویانه از طرف کودک نشود.

۸- فرصت تخلیه هیجانات را برای کودک فراهم کنید.

- فعالیتهای ساعتی او را در صورت امکان با شرکت کودک دیگر طراحی کنید.

- از تنبیهات بدنی پرهیز کنید.

علت رفتار پرخاشگرانه وی را بیابید.

- ثبت وقایع روزانه، بازی درمانی، بازی های جالب، جمله سازی و گوش دادن فعال ممکن است به عنوان کمکی در جهت درک کودکان خشن به کار گرفته شود.

۱۵- به کودک بفهمانید که با هر رفتار خشونت آمیز، خود را از شما بیشتر دور می کند.

- ایجاد سرگرمی و اشتغال: باید کودک را به کاری که مورد علاقه اش است سرگرم نمود. تا فرصت فکرکردن برای دعوا و تهاجم را نداشته باشد.